

# STARTHILFE

## Wie wir als Zivilgesellschaft der **Metakrise** begegnen können

Dieser Leitfaden richtet sich an alle, die sich dafür verantwortlich fühlen, dass die Gesellschaft gut durch Krisen kommt – und die Zivilgesellschaft dafür als einen Schlüssel begreifen. Der Leitfaden ist eine Ergänzung zur Studie „die metakrise. Wie die Zivilgesellschaft zur gesellschaftlichen Resilienz beiträgt“.

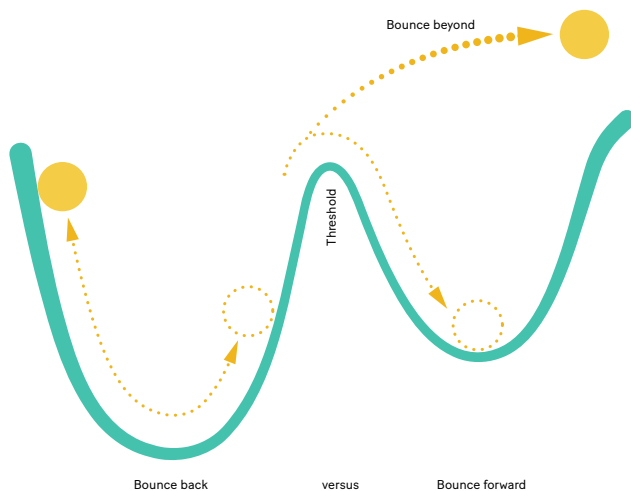
### Was ist die Metakrise?

Oft hören wir von Krisen, die sich stapeln und verstärken: Pandemie trifft auf Wirtschaftskrise, trifft auf Krise im sozialen Miteinander und in Organisationen, trifft auf Demokratiekrise, trifft auf Klimakrise...

Hinter dem Konzept der Metakrise steht die Annahme, dass es einen Zusammenhang zwischen gesellschaftlichen, ökologischen, organisationalen und psychischen Krisen gibt. Ein tieferes Muster aus sozialen Dynamiken, kollektiven Glaubenssätzen und Paradigmen, die sich schwer aktualisieren lassen und uns so immer wieder in „neue“ Krisen führen.

### Resilient in der Metakrise

Allgemein verstehen wir Resilienz so: Jetzt ist eine Krise, jetzt muss ich handeln – um irgendwie durch schwierige Situationen zu kommen, ohne daran zugrunde zu gehen. Augen zu und durch...



**Resilienz** ist die erlernbare Fähigkeit eines Systems, adäquat auf Rückschläge zu reagieren, indem es sich an neue Rahmenbedingungen anpassen kann. Diese Anpassung kann ad hoc auf eine akute Krise geschehen (Reaktion), aber auch in Antizipation kommender Krisen (Transformation) sowie zur Aufarbeitung vergangener Krisen (Regeneration).

**Die Art oder Qualität**, wie auf eine Krise reagiert wird, lässt sich anhand ihrer Handlungsstrategie unterteilen:

- ▶ **bounce back:** in der Krise Möglichkeiten zum Selbst-erhalt finden, z. B. einen Deich bauen
- ▶ **bounce forward:** in der Krise neue Antworten auf die Krise finden, z. B. einen flexiblen Evakuierungsplan entwickeln und erproben
- ▶ **bounce beyond:** in der Krise Antworten auf die Metakrise finden, z. B. die Treiber des Klimawandels verstehen und unser Verhältnis zur Natur verändern

Zivilgesellschaft kann wesentlich **zur gesellschaftlichen Resilienz** und zur Bewältigung der Metakrise beitragen. Sie kann Menschen mobilisieren, Räume zur (tieferen) Auseinandersetzung mit dem Weltgeschehen anbieten und Erfahrungen der Verbundenheit ermöglichen.

Gefördert durch

Deutsche Stiftung  
für Engagement  
und Ehrenamt



## Elemente gesellschaftlicher Resilienz

Was können die Zivilgesellschaft und ihre Akteur\*innen konkret angesichts der Metakrise unternehmen, um dem Hamsterrad immer neuer Krisen perspektivisch zu entgehen? Wie können sie ihre Ausrichtung und Angebote so ergänzen, dass sie die Dynamik der Metakrise mit einbeziehen? Diese Fragen dienen zur Selbstreflexion – allein, im Team oder in der Organisation.

1

### Die eigene Verworrenheit in den Krisen berücksichtigen

**Für Macher\*innen:** Begreift ihr Krisen als rein externe Einflüsse oder als Teil eures (Er)Lebens? Wie fühlen sich die ständigen Krisen für euch an? Wie tragt ihr selbst zu Krisen und ihrer Wahrnehmung als solche bei? Bearbeitet ihr Krisen rein kognitiv-strategisch oder bekommen Emotionen und Verletzungen Raum in eurer Arbeit?

**Für Förder\*innen:** Inwieweit liegt euren Förderaktivitäten ein systemischer Blick zugrunde? Erhalten geförderte Akteur\*innen Raum und Unterstützung, um ihre Arbeit in einen ganzheitlichen Kontext zu setzen, um Emotionalität zu kanalisieren und Traumata zu bearbeiten?

2

### Aktuelle Paradigmen und Dominanzstrukturen hinterfragen

**Für Macher\*innen:** Welche Glaubenssätze liegen eurer Arbeit zugrunde? Hinterfragt ihr herrschende Strukturen wie Dekolonialisierung oder Kapitalismus? Wo braucht es aus eurer Sicht radikale gesellschaftliche Veränderung? Was ist eure Utopie und welche Vision verfolgt ihr dahin?

**Für Förder\*innen:** Inwiefern könnt ihr in euren Programmen Raum für Neues, Unbekanntes und Experimente geben? Welche Förderformate sind dafür geeignet? Braucht es zum Beispiel längere Laufzeiten, flexiblere Zugriffe auf Finanzmittel, Übergangsphasen oder mehr unbürokratische Soforthilfen? Wie können Nachhaltigkeit und Zukunftsfähigkeit stärker Eingang in die Förderpraxis finden?

3

### Verbundenheit und Vertrauen ermöglichen Kollaboration und Veränderung

**Für Macher\*innen:** Wie offen, respektvoll und empathisch geht ihr miteinander um – im Team, in der Organisation, in euren Aktivitäten? Wie könnt ihr Menschen außerhalb eurer direkten Zielgruppe(n) und Filterblasen auf zugewandte Weise in eure Anliegen und Vorhaben einbinden? Arbeitet und organisiert ihr euch in Netzwerken? Schließt ihr Bündnisse? Gelingt euch Kollaboration über Team-, Organisations- und Sektorengrenzen hinweg? Oder was fehlt euch dazu?

**Für Förder\*innen:** Wie offen, respektvoll und empathisch geht ihr miteinander um – im Team, in der Organisation, mit euren Förderpartner\*innen? Wie könnt ihr einen vertrauensvollen Umgang mit euren Förder- und Kooperationspartner\*innen stärken? Welche Angebote und Räume zur Förderung von Empathie- und Kollaborationsfähigkeiten könnt ihr im Rahmen eurer Programme schaffen? Inwiefern versteht ihr eure Arbeit als Teil eines ineinandergreifenden Förder(öko)systems? Wie intensiv arbeitet ihr mit anderen Förderinstitutionen zusammen?



**Hintergründe und Fallbeispiele in unserer Studie: [die metakrise. Wie die Zivilgesellschaft zur gesellschaftlichen Resilienz beiträgt](#)**

#### Nicht weniger wichtig:

Es braucht nach wie vor Angebote und Schutzmaßnahmen (bounce back & forward) gegen die gegenwärtigen akuten Krisen. Dies ist kein Plädoyer gegen die Nothilfe und den Katastrophenschutz, sondern für eine Erweiterung des Resilienzbegriffs und eine parallele Auseinandersetzung mit den Ursachen der mannigfaltigen Krisen und ihren Treibern. Dafür wird die Zivilgesellschaft zusätzliche strukturelle Förderungen benötigen.